

～川本奮闘記～

11月28日に富士見台自治会館でフルートコンサートが開催されました。

7月にケアプラザが開所してから、地域で行われている「おしゃべり会」というサロンで「癒しの音楽が聴きたい」とお声をいただいでいて、ケアプラザの登録団体「白玉ぱーるず」さんを繋ぎました。

富士見台自治会館は、天気の良い日には窓から富士山を望めるとも素敵な会館で、ぜひ富士山をバックに演奏してもらいたいという思いで会場セッティングをしました。

当日は風が強かったもののとても良い天気恵まれ、きれいな富士山をバックに、20名ほどの住民の方がフルートの音色を楽しまれました。

地域住民の方々も大喜びでしたが、演奏した団体の皆さんも発表の場ができ、地域の方がとても温かく迎え入れてくださったことを喜んでいらっしゃいました。



生活支援コーディネーター 川本

終活のお役立ち講座

もしもの時に備える 成年後見制度の基礎

～法定後見人と任意後見人の違いと活用法～

認知症や病気に備えて、成年後見制度の基礎や具体例をもとに、身近な街の法律家である行政書士が分かりやすく解説します。法定後見人と任意後見人の違いを知り、安心できる老後生活への備えを一緒に考えましょう。

日時：① 1月24日(金)
② 2月21日(金)
13:30～15:00

会場：上永谷駅前地域ケアプラザ
講師：湯前 大作 先生 (行政書士)
(湯前行政書士事務所)

定員：①②各回 30名程度(先着)
対象者：地域の方
参加費：無料



申込み：ご来所 又は お電話にて
☎840-1260

1月
第007号

くじら通信

2025年1月1日発行
社会福祉法人 同慶会
上永谷駅前地域ケアプラザ
上永谷駅前コミュニティハウス
発行責任者：施設長 仲嶋正幸

あけましておめでとうございます

～謹賀新年～

あけましておめでとうございます。

昨年7月に、横浜市上永谷駅前地域ケアプラザ・コミュニティハウスがオープンし、地域の皆様のご協力で、初めてのお正月を迎えることができました。

今年は、地域の皆様にさらに喜んでいただける施設となるよう、職員全員が一丸となって取り組んでいきます。施設利用時に、地域でお会いした時に、気軽に職員にお声かけください。

地域の皆様にとって、今年がさらに良い年になることを祈っています。

施設長 仲嶋 正幸



～今年もよろしくおねがいたします～

～入職のごあいさつ～

12月11日付で上永谷駅前地域ケアプラザの職員となりました佐藤聖子(さとうせいこ)と申します。上永谷駅前地域ケアプラザが安心して相談できる場所になりますように地域の皆様と共に取り組んでいきたいです。どうぞよろしくお願い致します。



公式LINE

はじめました

上永谷駅前地域ケアプラザ・コミュニティハウスの公式LINEを開設しました。回覧版より早く情報を確認したい方はお友達登録をお願いします。

住所：港南区丸山台一丁目9番10号
電話：840-1260 (ケアプラザ)・840-1261 (コミュニティハウス)
840-1262 (包括相談専用)
<開館時間> 月～土曜日 9時～21時
日曜・祝日 9時～17時 <休館日> 第3木曜日・年末年始



▲お部屋の空き状況はこちら。



▲お友達登録をお願いします

～横浜市上永谷駅前地域包括支援センター～

介護等相談専用電話 840-1262

受付時間：月曜～土曜 9時～18時

日曜・祝日 9時～17時 ※左記以外時間は相談専用コールセンターへ転送となります。

地域包括支援センター職員が訪問等で不在の時もありますので、ご相談は事前にお電話でご予約をお願い致します。

地域包括支援センター対象地域

上永谷一～六丁目、丸山台一～三丁目、野庭町の一部(25番から336番、394番から481番、596番から599番、680番から697番、713番、714番)

～居宅介護支援事業所より～

要支援1から要介護5の認定を受けた方が、介護保険サービスを利用するにあたっては、ケアプラン作成をケアマネジャーに依頼する必要があります。お気軽にご相談ください。





子育て支援サロン

くじらっこひろば

未就園児のお子さまと保護者を対象にお部屋を開放しています。お気軽にお立ち寄りください。

日時：1月6日(月)・20日(月)

2月3日(月)・17日(月)

毎月第1・3月曜日開催

10:00~14:00

場所：多目的室2

対象者：未就園児とその保護者

参加費：無料

事前申し込み不要



※12:00~13:00までは食事可能です。
お食事希望の方は、ご持参ください。

新聞紙豆まきをしよう！

2月3日(月)11:00頃、前日の節分の豆まきで逃げてきた鬼が！くじらっこひろばに現れるかも？
くじらっこひろばの平和は参加者の皆さん次第です。
新聞紙で作った豆でやっつけちゃおう！
なんと！改心した鬼との撮影タイムもご用意します。
当日参加できますので、お越しください。



くじらっこひろば in 人形劇

1月20日(月)のくじらっこひろばでは、当施設の登録団体の「山の子」さんが人形劇を披露してくれます。

11:00過ぎからの公演になりますので、11:00までにお越しください。

どんな内容かは当日のお楽しみ。



こどもお菓子教室

バレンタインのチョコ講座

バレンタイン用のお菓子づくり教室を開催します。楽しくお菓子を作って、食べて帰ります。おうちでバレンタイン用のチョコを作りましょう！

日時：2月8日(土)

14:30~16:30

会場：上永谷駅前地域ケアプラザ

対象者：小学生

定員：5名(先着順)

参加費：300円

持ち物：水分補給の飲み物
エプロン、三角巾(バンダナ)

申込み：ご来所・お電話から

1月10日(金) 10:00~

アレルギー起因によります事象につきまして、当施設では責任は負いかねますことをご了承ください。

~詐欺に騙されない~

防犯演劇で学ぶ 特殊詐欺

ブルーチェイサー ~自分の力で特殊詐欺から身を守るために~

特殊詐欺の被害にあわないように、現役の舞台俳優が行う防犯演劇を見て騙されないように見て学ぶ講座です。

日時：2月18日(火)

13:30~14:30

講師：はだ一朗さん
(表現の子カラ代表)

参加費：無料

対象者：地域の方

定員：30名程度(先着順)

申込み：ご来所 1月8日(水) 9:30より
お電話 1月8日(水) 10:00より



上永谷駅周辺の移り変わり

今昔写真で ふるさと発見！

実際の街歩きや歴史講座、小学校の出前講座を、10年以上続けている中本道生氏を講師に迎え、古写真と現在の写真を比較しながら港南区の歴史、丸山台など上永谷周辺の歴史を学びましょう。

日時：3月8日(土)

14:00~16:00

講師：中本道生先生

対象者：地域の方

定員：50名(先着順)

参加費：500円(資料代)

申込み：ご来所 又は お電話にて
2月3日(月) 13:30~



夜のひとときにストレッチ

4月より
3ヶ月
定期講座

おやすみ ストレッチ

ストレッチは、心身の緊張をほぐし、寝つきがよくなるうれしい効果があります。リラックスを促す副交感神経を優位にすることで自然な眠気につながります。

日時：3月14日(金)・28日(金)

19:00~20:00

講師：木上佳代子先生
(全米ヨガアライアンスRYT200)

対象者：成人の方

定員：18名(先着順)

参加費：500円/1回 ※参加時にお支払いいただけます。

持ち物：動きやすい服装・水分補給の飲み物
タオル・ヨガマット(貸出あります)

申込み：LINE先行申込(抽選※8名)
2月3日(月)~8日(土)

※LINE抽選に外れても下記の申込み可能です
ご来所 2月10日(月) 13:00より
お電話 2月10日(月) 13:30より



珈琲好きさん募集

沼ポチャ

【珈琲】沼にポチャってはまった、沼ポチャさん！
珈琲を淹れる・珈琲を飲むなど珈琲好きさん、一緒に珈琲について話しませんか？
珈琲のサロンボランティアに興味がある方も歓迎します。

日時：2月1日(土)

10:00~11:30

対象者：珈琲が好き・珈琲サロンボランティアに興味があるかた

定員：12名程度

※空きがあれば当日参加も可、要事前TEL

参加費：無料

持ち物：皆さんに飲んでもらいたい豆がある場合は事前にご相談ください。

申込み：ご来所 又は お電話にて
1月10日(火) 10:00~



地域で一緒に活動しませんか？

中学生ボランティア

永野地区に住んでいる中学1・2年生又は来年中学生になる6年生のみなさん、地域でボランティア活動を楽しませんか？まずは一緒に地域の情報などのフリーペーパーを作成したりケアプラザでの中ボラカフェを作ったりしませんか？みんなでお話ししましょう！

日時：3月1日(土)

14:00~15:30

会場：上永谷駅前地域ケアプラザ

申込み：窓口 または TEL840-1260

お問合せ：地域活動交流 五十嵐まで



コミュニティハウスからのお知らせ

地域ニーズ室のお休みについて

1月19日(日)は終日、地域ニーズ室の利用をお休みさせていただきます。
ご不便をおかけして申し訳ありませんが、何卒ご了承くださいませようよろしくお申し込み申し上げます。

休館日 12月29日(日)~1月3日(金)・1月16日(木)・2月20日(木)

貸館利用・予約、車椅子貸出・ラウンジ使用、ウォーキングポイント・事業申し込み等もお休みとさせていただきますのでご了承ください。

~事業・講座のお問い合わせ、お申し込みは~

横浜市上永谷駅前地域ケアプラザ
横浜市上永谷駅前コミュニティハウス

ご来所もしくは ☎840-1260
☎840-1261